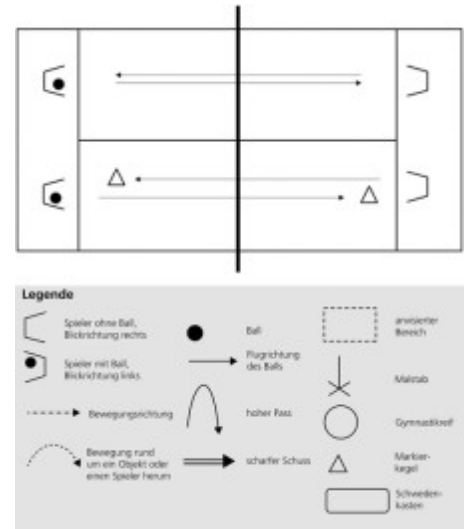


Futnet – Aufschlag: Volltreffer!

Während dieser Übung verbessern die Schülerinnen und Schüler die Genauigkeit des Aufschlags.

Zu zweit. A schlägt von der Anspiellinie über das Netz in Richtung B auf. Nach dem Bodenkontakt fängt B den Ball und schlägt seinerseits in Richtung A auf usw.



Klicken zum Vergrößern.

Variationen

einfacher

- Distanz zwischen den Spielern verringern.

schwieriger

- Einen oder mehrere Kegel (Pfosten, Teller usw.) anvisieren. Wer trifft innert drei Minuten am meisten Ziele?

Material: Kegel, Pfosten oder Teller

Quelle: Baptiste Jaquet, Bastien Vonlanthen